

La gourmandise : proposition de bibliographie cycle 3

Myriam Stoffel

6 pages

Titre	Auteur	Editeur	Prix	commentaires
Croque !	Aleksandra Mizielinska	Rue du Monde	16.15	Voici un album plein de vie qui raconte simplement la chaîne alimentaire, le fil rouge qui relie tous les êtres vivants. Depuis les fleurs digérées par les herbivores jusqu'aux grands prédateurs, qui finiront bien par être eux aussi dévorés! Et s'ils ne meurent que de vieillesse, les bactéries feront alors leur travail et permettront à de nouvelles fleurs d'éclore ! Conçu sur un mode très graphique, avec de superbes dessins au trait qui éclatent en pleine page, cet ouvrage sensibilisera les jeunes lecteurs à l'équilibre de la nature, et à ce cycle vertueux de la mort qui entraîne la vie. Et au cœur de l'album, une interpellation sur les risques majeurs que l'homme impose à la planète quand il rompt un maillon de cette fragile chaîne.
Miam ! c'est vert	Valérie Videau	Auzou	8.45	Un livre de photos présentant des monstres terrorisants, faits de brocolis, d'artichauts, de haricots ou même d'asperges ! Un rabat permet de voir le légume au naturel à côté de l'image. Absolument adorable! Une bonne façon de faire voir les légumes autrement.

Documentaires:

Titre	Auteur	Editeur	Prix	Commentaires
Le p'tit miam : bien se nourrir mode d'emploi	Collectif	Bayard	11.31	Amélie Ramolla ne mange plus de féculents, Toni l'endormi n'a pas le temps de prendre de petit déjeuner, Honoré le tout cassé déteste le lait: que de mauvaises habitudes alimentaires qu'il faut absolument changer! Mais comment faire et de quoi notre corps a-t-il vraiment besoin? Voici un guide 100% pure forme avec, au menu, histoires croustillantes, conseils pleins de saveurs et recettes appétissantes. De manière humoristique, ce guide donne aux enfants des conseils, des explications pour avoir une alimentation saine et équilibrée. Pour chaque catégorie d'aliments (les laitages, les féculents, l'eau, la viande...) une histoire très courte, égayée par des dessins, expose de mauvaises habitudes que peuvent avoir prises certains enfants. Puis il est expliqué pourquoi on ne peut se passer de ces aliments. Enfin deux pages d'informations variées viennent nous éclairer sur de fausses idées et sur la nécessité de bien se nourrir.

Poésie:

Titre	Auteur	Editeur	Prix	Commentaires
la bouche pleine :poèmes pressés	Bernard Friot	Milan	5.60	Recueil de poèmes courts et percutants regroupés autour de quatre thèmes : ***« J'ai faim de vocabulaire »*** où l'auteur explore le langage : rythmes, assonances, expressions, métaphores… ; ***« Allez, à table… »*** : autour des codes du bien manger, ***« J'ai envie de te croquer »*** sensualité, désir… entre gourmandise, amour, et dévoration ! ; ***« J'ai un poids sur l'estomac »***, **liaison étroite entre les sens et les émotions.** Des impressions gustatives aux mots qui les croquent, sensualité et convivialité, del' euphorie du repas partagé à la détresse de celui qui a faim, plaisirs de bouche riment ici avec plaisirs de la langue et des jeux de mots. Et c'est un régal de savourer ces petits textes.

CE2:

Albums:

Titre	Auteur	Editeur	Prix	Commentaires
Le géant de Zéralda	Tomi Ungerer	Ecole des Loisirs	12.35	Il était une fois un ogre... Cet ogre, évidemment, a de très grandes dents et aime beaucoup dévorer les petits enfants. Tellement, qu'il les a presque tous mangés, sauf Zéralda. Un jour, en chemin pour le marché, elle rencontre l'ogre blessé : il a chuté en essayant de l'attraper. Comme Zéralda a bon coeur, elle décide de lui faire à manger pour l'aider à se requinquer. La suite de cette aventure est une série de festins et une histoire d'amour...
L'ogre, la petite fille et le gâteau	Philippe Corentin	Ecole des Loisirs	12.83	La devinette du chou, de la chèvre et du loup revisitée par Corentin ... et toujours avec brio. Humour décalé, à contre pied. C'est l'histoire d'un ogre qui revient de la chasse. Il en ramène un loup, une petite fille et un gâteau. Mais il ne peut traverser la rivière qu'avec un seul passager à la fois... Un livre irrésistible pour ceux qui ne connaissent pas cette fameuse histoire et ceux qui croient la connaître !
Les mangeurs de sons	Christoz Ortiz	400 coups	11.90	Je suis un ogre. Mais pas n'importe lequel : je suis un ogre mangeur de sons ! Je mange tous les sons, car à mes oreilles, ils sont tous bons ! Je dévore les rires quand ils s'épuisent, les colères grosses comme le tonnerre. J'avale le fracas des avions et les ronrons de vos chatons. Je sirote le glouglou des bouteilles et les murmures à vos oreilles ! Je croque les bruits et les cliquetis, je suce les sons comme des bonbons ! » La belle histoire d'un ogre qui mange tous les bruits du quotidien. Mais qu'arrive-t-il lorsque la pollution sonore se fait trop présente ?

CM1: **Albums**

Titre	Auteur	Editeurs	Prix	Commentaires
Adam et Eve	Grégoire Solotareff	Ecole des Loisirs	11.80	Grégoire Solotareff s'inspire sans complexe et non sans humour de l'histoire d'Adam et Eve. Soit deux souris : un mâle, Adam et une femelle, Eve. Soit un gros serpent vert très entreprenant, Nahash. Soit un pommier dans un jardin... Adam et Eve sont des amis inséparables qui en ont assez de manger des pommes au goûter. Ensemble, ils font des projets de vie. Adam rêve de devenir pâtissier et de faire goûter ses créations à la jolie Eve. Mais le serpent, jaloux, a tout entendu et le zélé tentateur va faire tout son possible pour contrarier les projets des deux amis. Eve est constamment sollicitée par Nahash et a du mal à résister à la tentation. Pendant ce temps, Adam s'éloigne et rencontre Chloé...
Les contes du grand appétit	Françoise Chaze	Gulf Stream Editeur	13.00	Ogre blanc qui engloutit crème fouettée, laitages et fromages, géant vraiment géant qui sème étourdiment d'étonnants cailloux, tomates qui exigent une couleur plus appétissante ou dragons gastronomes : les héros de ces contes sont tous d'incorrigibles gourmands. Qu'ils soient lutins facétieux, fées malicieuses ou légumes révoltés, tous disent le plaisir de manger. Pas n'importe quoi. Pas n'importe comment. En fin d'ouvrage, des comptines amusantes pour jouer avec la diététique, les glucides, les lipides ou les protides et des recettes gourmandes à savourer avec appétit.
Lèche casserole	Guillaume de Sancy	Atelier du Poisson Soluble	15.00	L'auteur s'est inspiré d'une légende islandaise, celle des treize fils de Gryla la Sorcière qui, le jour de Noël, s'en allaient chercher des enfants pour les dévorer. Tout commence la veille de Noël lorsque Romain attend seul sa maman partie à l'hôpital. Il est huit heures et dehors, il pleut à seaux. Sa maman ne devrait pas tarder. A minuit, de mystérieux bruits réveillent Romain. Il tombe alors nez à nez sur un affreux géant du nom de Lèche-Casserole. Après l'avoir amadoué, Romain n'est pas au bout de ses peines, puisqu'il a alors affaire à ses frères venus le chercher. Le jeune garçon parvient à leur échapper grâce à sa malice et grâce un peu aussi au Père Noël, qui surgit sur sa moto-renne. Un texte très soigné, des illustrations sur double-pages dans les tons gris-brun qui font frissonner le lecteur. (Le géant est délicieusement laid).

CM2: **Albums:**

Titre	Auteur	Editeur	Prix	Commentaires
L'histoire du frigo	Ania Lemin	Esperluète	8.55	Un petit livre format carré signé Ania Lemin pour parler de la nourriture et de l'alimentation. Voici l'histoire d'un frigo qui se vide… par l'entremise d'une petite fille qui mange un peu, trop à son goût. Et à chaque fois, après cette excursion, tout ceci se finit bien vite dans les toilettes…Et un jour, le frigo en a assez d'être accusé à tort par l'entourage, part pour ne plus revenir. Il faudra des paroles, une rencontre compréhensive entre le frigo et la petite fille, pour qu'elle sache que manger peut aussi être une chose merveilleuse. Ania Lemin traite ici de nos rapports impulsifs à la nourriture avec humour et douceur. Comme un petit carnet de mémoire, elle propose des feuilles sépia alliant dessin et graphisme à l'encre. Si l'histoire peut semble peu lisible au début, cette narration, comme une petite musique, arrive à toucher avec précision et inventivité. Un album original entre santé et amour.
Gargantua	Rabelais – adaptation de C. Poslaniec	Milan	14.95	Voici 15 morceaux choisis de l'histoire du célèbre géant Gargantua, écrite par François Rabelais.. Ce grand album est un régal tant par la qualité de ses textes que par la modernité de ses illustrations. Les dessins peuvent d'ailleurs surprendre car ils sont traités à la manière du peintre espagnol Botero. Ils sont très réalistes et traduisent la violence des descriptions de Rabelais ainsi que sa truculence. Les textes, réécrits en français moderne, sont accessibles à tous. Cet excellent album fera découvrir aux jeunes lecteurs la force d'écriture de cet écrivain ancien dont la qualité d'imagination reste d'actualité.

CE2: Romans:

Titre	Auteur	Editeur	Prix	Commentaires
Mon ogre est un papa	Charles Castella	Ecole des Loisirs	7.12	Un matin, l'Ogre du pays de nulle part trouve un bébé abandonné. Vite, il l'emporte chez lui, bien décidé à le dévorer. Seulement, au moment de le croquer, il lui semble trop petit et peu appétissant. Il va falloir bien nourrir ce gringalet pour qu'il soit plus dodu. Gringalet grandit et devient un petit garçon toujours aussi maigre. En attendant qu'il grossisse, l'Ogre décide de l'inscrire à l'école. Mais ce n'est pas si simple, un papa ogre peut faire peur aux autres parents.
Papa est un ogre	Marie Saint Dizier	Folio	4.56	Comment faire quand on aime beaucoup son papa, mais que ce papa est un ogre qui dévore tous ses copains de classe ? Combien de copains va-t-il finalement rester ?
Le buveur d'encre	Eric Sanvoisin	Nathan Poche	5.22	Son père est libraire, et ce petit garçon n'aime pas les livres. Dans la librairie, il s'est aménagé une cachette d'où il observe, espionne et note tout. Un jour, apparaît un drôle de client, le buveur d'encre. Est-ce un vampire ou tout simplement un amateur d'aventures ? Serait-ce un cauchemar Cette rencontre transforme la vie du jeune garçon dans la librairie.

CM1 Romans:

Titre	Auteur	Editeur	Prix	Commentaires
Les zinzins de l'assiette	Audren	Ecole des Loisirs	7.60	Quatre frères, de quatre pères différents avec une maman toujours très fatiguée et très féministe. Les deux ne font pas bon ménage quand il s'agit de passer en cuisine et les repas sont plus déprimants les uns que les autres. Alors les garçons vont acheter un livre de cuisine et se mettre au boulot. Tout irait pour le mieux, si pour pimenter le quotidien, un bel islandais ne faisait pas chavirer le coeur de leur mère.
Conversation avec un gâteau au chocolat	Martin Page	Ecole des Loisirs	6.17	Comment faire quand vos parents partent éteindre un incendie le jour de votre anniversaire et vous laissent tout seul ? C'est simple, il y a deux solutions : soit vous devenez le spécialiste mondial de l'ennui ou bien vous guettez une rencontre extraordinaire... Comme celle avec un gâteau au chocolat doué de parole. Mais attention, si vous commencez une conversation avec votre gâteau d'anniversaire, il peut devenir difficile de le manger.
Vivement le dessert !	Chantal Cahour	Rageot	9.99	Lucie n'aime pas les épinards, la ratatouille, le boudin et encore moins le foie de veau ! Aussi, quand sa grand-mère demande à une dame de la cantine de surveiller ses repas, elle imagine toutes sortes de stratagèmes avec ses copains pour se débarrasser du contenu de son assiette. L'invention par Lucie d'une chanson « anti-ragougnasse » et un contrat passé avec sa grand-mère lui permettront de retrouver l'appétit. Une intrigue amusante sur les comportements et les goûts alimentaires des enfants

CM2: **Romans:**

Titre	Auteur	Editeur	Prix	Commentaires
Charlie et la chocolaterie	Roald Dahl	Gallimard	5.70	C'est à une merveilleuse exploration que nous convie Roald Dahl, à l'intérieur d'une usine fabuleuse qui recèle absolument tout ce dont n'importe quel gourmand peut rêver et aussi d'autres choses qu'il n'aurait pas osé imaginer : des machines qui fabriquent des bonbons inusables ou des chewing-gums-repas, des cascades de chocolat, des caramels qui font pousser les cheveux... Ce roman fantastique plein de saveurs est à déguster comme un bonbon. C'est en même temps un conte moral où les méchants sont punis et l'injustice réparée. Voilà une gourmandise dont on aurait tort de se priver
Voyage au pays des gâteaux	Dorothée de Montfreid	Ecole des Loisirs	8.55	Ce voyage-là est une pure gourmandise ! L'imagination de Dorothée de Monfreid est un vrai délice... l'auteur nous entraîne dans un monde extraordinaire, où les habitants sont des bonbons, les maisons des gâteaux et les géants des malabars mâcheurs de chewing gum, arme secrète contre les envahisseurs. Pourtant tout commence plutôt mal pour la petite Madeleine, orpheline élevée par une taciturne nounou, dans un château gris entouré de barbelés. La fillette ne connaît que la soupe, le pain dur et l'eau. Pas de douceur dans cette routine triste à mourir. Jusqu'au jour où elle découvre une recette de gâteau au chocolat et décide de s'échapper pour rejoindre la forêt lointaine. Tout s'enchaîne alors très vite. Telle une Alice aux pays des gâteaux,
Zouk	Pierre Bottera	Flammarion	6.65	« La musique était une onde qui me portait. Toujours plus haut. Je me sentais légère, presque éthérée. J'avais la sensation que mes gestes pouvaient s'affiner jusqu'à devenir parfait. " Anouck, dite Zouck, a une passion : la danse. Qu'elle partage avec sa meilleure amie : Maiwenn. Jusqu'au jour où elle s'éloigne l'une de l'autre. Zouck, obsédée par l'idée de perdre quelques kilos superflus, se coupe du monde. De son côté, Maiwenn, follement amoureuse, devient de plus en plus distante